

VOTRE SANTÉ, NOTRE ENGAGEMENT QUOTIDIEN

Nos partenaires :



ÉDITO

Rentrée de septembre : L'occasion de mettre la santé à l'honneur.

L'été s'estompe, laissant place à la fraîcheur automnale et à la rentrée de septembre. Cette période charnière marque le retour aux rythmes scolaires et professionnels, mais aussi l'occasion idéale de se recentrer sur sa santé et son bien-être.

En effet, après les congés d'été, il est important de reprendre de bonnes habitudes et de mettre en place des actions concrètes pour prendre soin de sa santé physique et mentale. Cela passe par une alimentation saine et équilibrée, une activité physique régulière, un sommeil suffisant et une gestion du stress efficace.

L'adoption d'une hygiène de vie saine est essentielle pour préserver son capital santé et prévenir l'apparition de maladies. Une alimentation riche en fruits, légumes et fibres, associée à une consommation modérée de sucres et de gras saturés, permet de maintenir un poids corporel stable et de réduire les risques de maladies chroniques telles que le diabète, les maladies cardiovasculaires et certains cancers.

L'activité physique est tout aussi importante pour la santé. Elle permet de renforcer le système cardio-respiratoire, de tonifier les muscles, de réduire le stress et d'améliorer le bien-être mental. Il est recommandé de pratiquer au moins 30 minutes d'activité physique modérée par jour, comme la marche rapide, le vélo ou la natation.

Le sommeil est également un élément crucial pour la santé. Un sommeil de qualité permet à l'organisme de se reposer et de se régénérer. Il est important de dormir 7 à 8 heures par nuit dans un environnement calme et propice au sommeil.

Enfin, la gestion du stress est essentielle pour préserver son bien-être mental. Le stress peut avoir des conséquences néfastes sur la santé, tant physique que mentale. Il est important de trouver des techniques pour gérer le stress, telles que la relaxation, la méditation ou la sophrologie.

La rentrée de septembre est donc l'occasion idéale de prendre de bonnes résolutions pour sa santé. En adoptant une hygiène de vie saine et en mettant en place des actions concrètes pour gérer le stress, nous pouvons tous préserver notre capital santé et améliorer notre bien-être au quotidien.

N'oublions pas que la santé est un bien précieux qu'il faut chérir. En prenant soin de nous-mêmes, nous prenons soin de notre avenir.

Souhaitons à tous une rentrée en pleine forme et sous le signe d'une santé rayonnante !

SOMMAIRE :

- Edito
- Mot du Président
- Infos permanences
- Fin de service Vivoptim
- Dispositif Mon soutien PSY
- Déposer des documents

MOT DU PRÉSIDENT



Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

En cette période économique incertaine, la question de la santé et de sa protection au sein des entreprises est plus que jamais d'actualité. La santé des salariés est un enjeu majeur pour la performance des entreprises et leur bien-être. Pourtant, dans un contexte de hausse des coûts de la santé, il est crucial de trouver des solutions pérennes pour maintenir une couverture de qualité tout en maîtrisant les dépenses.

La mutuelle d'entreprise Keolis Rennes joue un rôle essentiel dans la protection de la santé des salariés en complétant les régimes de base de l'assurance maladie. Elle permet de couvrir des frais non pris en charge par la Sécurité sociale, tels que les consultations chez des spécialistes, les frais d'hospitalisation, les lunettes, les prothèses dentaires, etc.

Face à la hausse des coûts de la santé, la mutuelle d'entreprise Keolis Rennes est confrontée à un double défi : Maintenir un niveau de prestations élevé pour répondre aux besoins des salariés, maîtriser les cotisations pour ne pas peser sur le budget de l'entreprise et des salariés.

Plusieurs leviers peuvent être actionnés pour relever ce défi : Négocier des tarifs plus avantageux avec les prestataires de santé, mettre en place des actions de prévention santé et encourager les salariés à adopter des comportements responsables.

La pérennisation de la mutuelle d'entreprise Keolis Rennes passe par un dialogue ouvert et constructif entre les différents acteurs : L'entreprise, la mutuelle, les salariés.

Il est important de trouver des solutions collectives qui permettent de concilier les intérêts de chacun et de garantir la pérennisation de notre mutuelle d'entreprise.

En conclusion, la santé est un investissement pour l'entreprise et ses salariés. En préservant une mutuelle d'entreprise performante et accessible, Keolis Rennes contribue au bien-être de ses salariés et à leur performance durable.

Christophe LEMOINE

Président de la Mutuelle Keolis Rennes



INFOS PERMANENCES

Votre Mutuelle Keolis Rennes à votre écoute : Rencontrez-nous sur site !

Besoin de conseils, de renseignements ou d'aide pour vos démarches ?

Votre Mutuelle Keolis se rapproche de vous et s'installe sur les différents sites de l'entreprise pour vous rencontrer en personne.

Des permanences régulières seront organisées pour vous permettre de poser vos questions, transmettre vos documents, échanger ou, obtenir des informations personnalisées.

Retrouvez les dates et lieux des prochaines rencontres sur notre site internet ou par affichage dans les panneaux de la Mutuelle.

Votre Mutuelle Keolis Rennes est là pour vous accompagner au quotidien.

FIN DU SERVICE AU 30/09/2024



Qu'est-ce que Vivoptim ?

Vivoptim est une Solutions d'Expert de l'accompagnement santé et de la prise en charge préventive.

RAPPEL :

Vivoptim a été mis en place pour la mutuelle Keolis Rennes en octobre 2021 à destination des 2680 adhérents éligibles.

Un contrat d'une durée de 3 ans a été conclu entre la Mutuelle Keolis Rennes et Vivopim, prenant effet au 01/09/2021 et prendra fin au 30/09/2024.

Utilisation des adhérents de la Mutuelle Keolis Rennes :

25 inscrits (ce qui correspond à 2% de la cible couverte), dont 13 participants profilés.

Face à ce constat, nous vous informons que le contrat de service signé en 2021 avec Vivoptim pour la mise en place d'un service d'accompagnement santé et de prise en charge préventive n'a pas été renouvelé et arrivera à terme le **30 septembre 2024**.

Cette décision a été prise par le Conseil d'Administration du 27/06/2024, suite à un bilan approfondi du service, qui n'a pas rencontré le succès escompté auprès de nos adhérents. En effet, à ce jour, seulement 25 adhérents se sont inscrits à la plateforme et 13 ont bénéficié d'un accompagnement personnalisé sur au moins un "parcours santé".

Au regard du coût annuel du service d'environ 10 000 €, nous considérons que les résultats ne sont pas satisfaisants et que nous ne pouvons poursuivre cette collaboration.

Nous sommes conscients que certains d'entre vous ont apprécié ce service et nous vous remercions pour votre implication. Nous tenons à vous assurer que nous restons engagés à vous proposer des solutions de qualité pour prendre soin de votre santé.

A compter du **1er octobre 2024**, le service de "parcours santé" ne sera plus accessible. Vous continuerez à bénéficier de l'ensemble des garanties et services de votre contrat de mutuelle, hors service de "parcours santé".

Une communication aux adhérents inscrits sera faite courant septembre, leur précisant la possibilité d'extraire leurs coordonnées avant la clôture du compte adhérent.

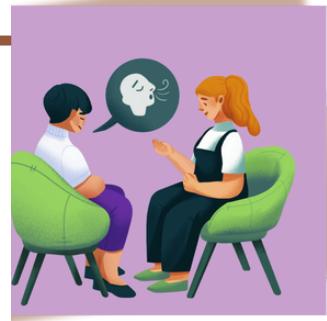
Nous restons à votre disposition pour répondre à vos questions et vous accompagner dans la recherche de solutions alternatives pour prendre soin de votre santé.



DISPOSITIF MON SOUTIEN PSY

Le dispositif Mon soutien psy assoupli et revalorisé depuis le 15 juin 2024

Le dispositif **Mon soutien psy**, lancé en 2022, permet la prise en charge de séances chez un psychologue libéral conventionné avec l'Assurance Maladie. Ces séances s'adressent à tous les patients dès l'âge de 3 ans en souffrance psychique d'intensité légère à modérée. **Le dispositif a évolué significativement depuis le 15 juin 2024.**



Les évolutions :

Hausse du tarif des séances : Toutes les séances (entretien d'évaluation et séances de suivi) sont facturées 50 euros par le psychologue, sans dépassements d'honoraires, avec une prise en charge par l'Assurance maladie.

Accès direct au psychologue : Le patient n'est plus obligé de passer par un médecin ou une sage-femme pour solliciter un psychologue et être aidé, mais il peut toujours s'il le souhaite, consulter son professionnel de santé pour faire le point, puis prendre rendez-vous ensuite avec un psychologue.

Le patient a désormais la possibilité de consulter **l'annuaire dédié** (<https://monsoutienpsy.ameli.fr/recherche-psychologue>) pour prendre directement contact avec le psychologue de son choix.

Passage de 8 à 12 séances : Le suivi proposé a été renforcé. Initialement, le patient pouvait bénéficier de 8 séances prises en charge. Désormais, elles sont au nombre de **12 par année civile**. Le dispositif est renouvelable en cas de besoin.

Les chiffres de mon soutien psy : Si le dispositif a jusqu'à présent permis le recrutement de 2 800 psychologues et la réalisation de près de 1,6 million de séances pour près de 306 000 patients, des évolutions ont été nécessaires afin de permettre sa pleine montée en charge du dispositif. Le conventionnement des psychologues avec l'Assurance Maladie est un levier important pour que "**Mon soutien psy**" puisse bénéficier aux personnes qui en ont besoin.



Afin de faciliter vos démarches et de répondre au mieux à vos demandes, la Mutuelle Keolis Rennes met à votre disposition plusieurs modes de transmission pour vos documents, devis, demandes de remboursement, etc.

Par courrier postal à l'adresse suivante : Mutuelle Keolis Rennes, Rue Jean-Marie HUCHET CS 94001, 35040 Rennes Cedex

En interne : utiliser les boîtes aux lettres dédiées à la Mutuelle, situées Plaine de Baud.

A l'accueil de la Mutuelle Plaine de Baud ou lors des permanences sur les différents sites de l'entreprise. Pour connaître les dates et les horaires des permanences, nous vous invitons à consulter le site internet de la Mutuelle Keolis Rennes.

Sur le site internet de la Mutuelle Keolis Rennes via votre espace adhérent. Cet espace vous permet de transmettre vos documents, devis, demandes de remboursement, etc. en toute sécurité.

Pour plus d'informations, nous vous invitons à consulter la rubrique "Espace adhérent" du site internet de la Mutuelle Keolis Rennes.

Nous vous rappelons que la Mutuelle Keolis Rennes est à votre disposition pour vous renseigner et vous accompagner dans vos démarches. N'hésitez pas à nous contacter par téléphone ou par email si vous avez des questions.

02 99 36 09 03

mutuelle.keolisrennes@orange.fr

Rue Jean-Marie HUCHET 35000 Rennes